



Associazione Teatro Periferico ETS  
Via Vidoletti n.61 - 21030 Cuveglio (VA)  
C.F. 97500970153 | P.IVA 03260020122 | Codice Destinatario M5UXCR1

# Col corpo capisco

Anno scolastico 2025-2026

Progetto di laboratorio espressivo-teatrale per le classi 1<sup>a</sup>, 2<sup>a</sup> e 3<sup>a</sup> della scuola secondaria dell'Istituto Parrocchiale "Maria Ausiliatrice" di Luino.

## Introduzione

Il laboratorio teatrale è uno strumento pedagogicamente insostituibile nella scuola. Nella proposta educativa, accanto ai moderni e "istantanei" media tecnologici, il linguaggio antico e "contemporaneo" del teatro dovrebbe essere sempre presente, poiché esso richiede ai bambini cura, attenzione e partecipazione emotiva.

Il teatro consente di creare attorno al ragazzo, già iper-stimolato da computer, internet, televisione, telefonini e altri strumenti moderni e solitari, una "bolla" in cui gli sia consentito di recuperare il piacere della relazione con gli altri, del giocare e costruire insieme, con il gruppo, il luogo dove il ragazzo può misurarsi e formare a poco a poco la consapevolezza del sé, degli altri e del mondo circostante.

C'è un altro modo per apprendere, a scuola. Come è fondamentale l'esercizio delle capacità intellettive, è altrettanto importante imparare e capire attraverso il corpo e le sue capacità espressive.

## Obiettivi

Si svolgerà un'attività espressiva a carattere laboratoriale, affinché i ragazzi, coordinati dal formatore teatrale, sperimentino un percorso alla scoperta di sé attraverso i linguaggi dell'arte scenica.

"Scoperta di sé" significa scoperta del proprio corpo e della propria voce, riconoscere i propri pregi e difetti, percepire le differenze, fare attenzione ai particolari, accettare le difficoltà dei compagni svantaggiati, rispettare gli altri, ascoltare e osservare.

## **Contenuti**

### ***Il proprio corpo***

- rilassamento e ascolto
- riscaldamento
- coordinazione
- associazione libera e spontanea di gesto e suono
- improvvisazione gestuale

### ***La propria voce***

- articolazione
- ritmo, tono e volume
- scoperta della propria voce naturale
- improvvisazione vocale

### ***Il corpo degli altri***

- esercizi sulla fiducia
- improvvisazioni a due
- improvvisazioni a gruppi

### ***Il testo teatrale e la messa in scena***

- improvvisazione a tema
- improvvisazione narrativa
- lettura e improvvisazione su testi
- ripetizione di testi e scene

## **Metodologia**

Durante il laboratorio, il gruppo attraverserà una prima fase -che potremmo definire più “creativa”, o più “espressiva” in cui i ragazzi sperimenteranno una maggiore libertà d'improvvisazione, di gioco, di inventiva e di liberazione dell'energia vitale; una seconda fase sarà invece maggiormente indirizzata a fissare alcuni elementi emersi durante la prima parte del laboratorio, che saranno utili ai fini della creazione dell'esito finale.

## **Verifica**

Il momento vissuto con maggiore intensità emotiva dai ragazzi sarà quello della restituzione: in quell'occasione vivranno un'esperienza di forte complicità con i propri compagni e di comunicazione con il pubblico, mettendo a frutto tutti gli strumenti acquisiti durante la fase laboratoriale. Ciò che preme dire è che gli aspetti emozionali sono più rilevanti rispetto ai risultati "tecnici", che per quanto importanti, occuperanno un posto di minore rilevanza.

La restituzione sarà un importante momento di gratificazione personale e di gruppo e fisserà nei ragazzi le impressioni più profonde e durature.